1er. Trimestre de 2011

"Jesús lloró: La Biblia y las emociones humanas"

Lección 1

1º de Enero de 2011

Las emociones

Joyce Griffith

PARÁBOLA

Había una vez un hermano y una hermana, Jeff y Jen que eran gemelos y que vivían en una tierra muy alejada de la ciudad y las carreteras principales junto a su padre, madre y seis hermanos.

La familia tenía un negocio de venta de albaricoques y duraznos en el verano, y en otras épocas hacían muebles de madera dura proveniente de los árboles frutales.

Un día al inicio del verano, la escalera en la que Jeff se había trepado para recoger albaricoques se torció y quebró, enviando a Jeff al rocoso suelo que había abajo. Al caer, la escalera se bamboleó hacia un lado y golpeó a Jen, quien estaba recogiendo frutas buenas del suelo.

Jeff estaba enfadado con el hecho de que la escalera se había quebrado y que su muñeca se lastimara en el brazo con el que se había caído. Jen estaba enojada con el hecho de que la escalera había caído encima de ella y le había dejado un gran moretón en su brazo. Jeff culpó a Jim, uno de sus hermanos mayores, para no haber clavado correctamente la escalera, dejándolo con la muñeca lastimada e hinchada. Jen estaba disgustada con Jeff porque ella creyó que había sido su culpa de que la escalera cayera golpeándola a ella.

En ese entonces acertó a pasar por allí Jim. "¿Qué es lo que pasa?", dijo él cuando vio a los gemelos gritando y refunfuñando. "¿Se han convertido en bestias salvajes?"

"No, estamos disgustados, y tenemos todo el derecho de estarlo", dijo Jen.

"Y será mejor que tengas cuidado, o si no te daremos una paliza", agregó Jef.

Jim examinó las lesiones de los gemelos y los envió nuevamente a casa para un tratamiento con cubos de hielo. Mientras se retiraban camino hacia la casa, Jim negó

con su cabeza y dijo: "Una escalera rota puede lastimar, pero un pequeño cubito de hielo puede enfriar un enojo monstruoso".

1. **Emociones.** Durante las siguientes trece semanas afrontamos un enorme desafío: hablando de las emociones de una manera racional. ¿Son las emociones fuertes -como la ira- siempre malas? ¿Siempre es buena una cierta cantidad de buen humor? Si ves a un adulto maltratando o abusando a un niño, ¿sería una buena idea tener sentimientos de furia o enojo? Si estás al frente de una hilera de tráfico que ve un terrible accidente automovilístico, ¿sería apropiada pronunciar risueñamente la frase "Qué bueno que no me haya tocado a mí"? ¿Deberíamos evitar las emociones negativas a toda costa? ¿Por qué sí o por qué no? Algunas personas, ¿luchan más que otras con sus emociones? ¿Es una vida ideal aquella sin emociones fuertes?

2. **Amnón y Tamar.** La historia de Amnón y Tamar probablemente haga que un escalofrío recorra tu espina dorsal. Además de tener un impulso sexual desenfrenado, ¿cuál fue el problema de Amnón? ¿Era Tamar consciente de la cruda lujuria que sentía su hermano por ella? Pensando en la historia, ¿de qué modo tus sentimientos de simpatía o de tristeza entran en escena? Imagine a Tamar escapándose, con sus reales vestiduras rotas y su corazón quebrantado. ¿Fue justificada la ira de Absalón cuando se enteró de esta tórrida historia? A medida que los sentimientos de Amnón por Tamar cambiaron del amor apasionado al odio, ¿se fueron debilitando los ímpetus de sus emociones?

3. **Las emociones positivas.** Tan maravillosas como pueda parecer, ¿es posible vivir y experimentar sólo emociones positivas en un día? ¿Cuántas veces hoy has sido testigo o te has enterado de acciones, incluso tuyas, que puedan haber sido despreciables? ¿Te sonríes y te sientes contento cuando te encuentras con otro ejemplo de pecado y destrucción? ¿Deberíamos intentar separarnos de cada indicio de negatividad? ¿De qué manera? Cuando tu hijo de dos años de edad trata de alcanzar un cable eléctrico suelto y tú gritas "¡No!", ¿estás siendo negativo? ¿Por qué Jesús no se mantuvo lejos de los escépticos y las personas negativas de su tiempo? ¿Qué piensas de la meta de involucrarte en la compasión y el amor de Jesús en vez de intentar eliminar todas las emociones negativas?

4. **Las emociones de Jesús.** ¿Es difícil de imaginar a Jesús como el Creador del universo siendo despreciado y vilipendiado por aquellos a los que él había venido a rescatar del pecado? ¿De qué manera las ofensas o menosprecios de los que nosotros nos lamentamos se comparan con aquellos que Jesús experimentó? ¿Puedes pensar en ejemplos en la vida de Jesús en los que Él haya mostrado su gozo? ¿Su estado apacible? ¿Su sentido del humor? ¿Qué historias de la vida de Jesús ilustran sus emociones tales como la tristeza, pesar e ira? ¿Cuál fue la diferencia entre la manera en cómo manejó Jesús sus

emociones si las comparamos con las maneras en las que tú y yo elegimos expresar nuestros sentimientos?

5. **El final de su ministerio.** Imagina que estás viviendo en el Paraíso, pero que te has tenido que ausentarte por algunos años. Como tu período de servicio está cerca de concluir, ¿cómo te sientes a medida que cada día se pasa? En vez de "contar las horas" ansiosamente para su ascensión, ¿qué pensamientos tristes consumieron a Jesús? ¿Tendemos a pasar más tiempo anhelando la dulce fragancia del paraíso que orando y trabajando para que más personas se unan a nosotros en caminar con Jesús? ¿Fue esa la actitud de Jesús?

6. **Inventario emocional.** ¿Tienes sentimientos o emociones fuertes? ¿O eres una persona "tranquila y relajada", que deja que las cosas fluyan sin preocuparse por ellas? ¿Todos necesitamos cultivar nuestras emociones para tomar el control de nuestras vidas? ¿Cuál es la mejor manera de sacar provecho del poder de Dios para ser capaces de alcanzar esta meta? No necesitas discutir esto abiertamente, pero ¿cuál de tus emociones han causado aflicciones para ti o para aquellos que te rodean recientemente? ¿Qué podemos hacer para asegurarnos de que nuestras emociones sean equilibradas, de acuerdo con la voluntad de Dios? ¿Estás listo para que Dios pueda utilizarte, con tus emociones y todo, para ganar la batalla contra el pecado?

© *Joyce Griffith*

Traducción: Rolando D. Chuquimia
© RECURSOS ESCUELA SABÁTICA

RECURSOS ESCUELA SABATICA
Rolando D. Chuquimia (rdch@arnet.com.ar)
http://ar.groups.yahoo.com/group/Comentarios_EscuelaSabatica
http://groups.google.com.ar/group/escuela-sabatica?hl=es
Suscríbase para recibir gratuitamente recursos para la Escuela Sabática